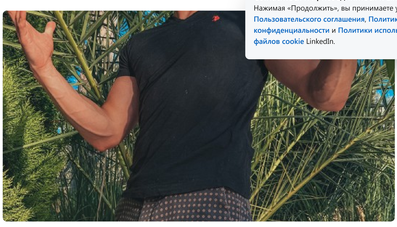
LinkedIn

Присоединиться

Войти

Согласиться и присоединиться к LinkedIn

Нажимая «Продолжить», вы принимаете условия Пользовательского соглашения, Политики конфиденциальности и Политики использования файлов cookie LinkedIn.



Как я закончил проходить тренинг по развитию всех сфер жизни на втором занятии и решил больше к нему не возвращаться.

Нравится · Комментировать · 15 · 4 комментария

Kiril Zabavski
Опубликовано 25 авг. 2022 г.

+ Отслеживать

Я не призываю идти или не идти на такие тренинги (названия давать не буду по личным причинам). Хочу лишь поделиться своими мыслями из тех 2 (вернее даже 1,5 занятий, которые прошел). Надеюсь, это будет увлекательным чтивом.

Предисловие:

Как я попал на курс — Случайно. Мне написали и предложили поучаствовать в образовательном проекте.

Почему я купил курс — Потому что хотел и хочу расширять свой продукт, хочу свою команду, хочу общаться с разными и интересными людьми, хочу делать крутые образовательные проекты.

Именно поэтому я быстро договорился о встрече, заплатил 100$ и пошел на курс.

Первое занятие:

Тема Знакомство и Улыбки

На первом занятии я сразу начал чувствовать отторжение. Суть задания была улыбаться минимум 200 раз несмотря на обстоятельства.

И я скажу — этот прием работает!

Но вот только он работает потому, что улыбаясь я даю мозгу ощущение радости и счастья. Это хорошо в короткую, но в долгую точно не мой вариант.

Особенно интересно это наложилось на мои обстоятельства жизни в день занятия. Сразу после этого занятия мы влетаем с девушкой в ветклинику с котом, который не мочится снова всю ночь и еле двигается, а нам говорят: "Возможно у него цистит (это еще терпимо), а возможно и отрыв органа и это будет конец".

Я пытаюсь как-то начать чем-то заниматься, думать о дальнейших шагах и вариантах (так мой мозг справляется со стрессом), а моя девушка плачет, так как Джама для нее больше чем просто кот. Я смотрю на нее, на секунду начинаю улыбаться и потом резко ловлю себя и задаю вопрос — какая на*ер улыбка. Это может быть последний день твоего кота (к счасть, оказалось — нет).

Это жизнь, в ней не будет одно только счастье. И все эмоции придется в любом случае переживать. В этом и есть жизнь: это не только про счастье, это еще и про боль

Второе занятие:

Тема Похвала.

Нужно рассказать как применяли 200 улыбок в прошлый день, а потом похвалить человека говоря ему/ей какие они красивые, классные, целеустремленные и как много они добились (Я этих людей не знаю, если что).

И это Снова работает! Люди заряжаются эмоциями и становятся счастливее.

Но не я. Для меня это уход от реальности. Ведь говоря мозгу, что он на вершине олимпа, он самый крутой, самый здоровый, самый смелый — я дарю себе эмоции счастья и ощущения, что все это у меня уже есть (даже если этого на самом деле нет).

В таком случае мне вообще не нужно ничего делать в жизни. Я могу просто лечь и представлять себя миллионером, успешным спортсменом, стройным и целеустремленным. А мой мозг в это время будет думать, что так оно и есть и ничего уже не надо делать. Я же уже на вершине.

Мне ближе представлять путь, по которому я иду к цели, а не саму цель. Это помогает не вылетать из реальности и продолжать движение вперед.

Уже развязка

И вот понимая, что очередь скоро дойдет до меня и мне либо придется врать, рассказывая как я использовал улыбки и говорить незнакомому человеку то, что я на самом деле о нем не думаю, либо сказать все как есть и обидеть преподавателя и учеников, которых я уж точно не считаю плохими или какими-то не такими.

И я делаю свой выбор.

Я просто отключаюсь от звонка. Пишу, что вынужден отключиться и желаю всем хорошего дня (искренне). А потом пишу Администраторам, что не готов продолжать и честно все описываю.

Главное, что я извлек из двух занятий этого курса.

Я лучше буду создавать и транслировать что-то менее популярное, принимать все эмоции жизни (хорошие и плохие), много и долго учиться, идти длинным и сложным путем создавая что-то свое (надеюсь в будущем с командой). Но это будет мой путь, где я нахожусь в гармонии с собой и своими принципами.

Конец,

Я хочу пожелать каждому найти свой путь и идти по нему. Правильным он будет или нет, не так важно. Важно, что он будет твоим.

Будет круто подискутировать на эту тему.

Поэтому, если у тебя есть мысли на этот счет — пиши в комментариях.

Если мыслей нет, то можешь просто поставить❤

А можешь ничего не ставить, делай как чувствуешь!

П.с. мысль вслух

Я сам принял решение поучаствовать на этом тренинге и сам заплатил деньги. Это моя ответственность, как и моя ответственность сделать выбор — продолжать или нет. Я для себя сделал выбор — не продолжать. При этом я также не понимаю, когда кто-то пытается вернуть деньги за курс, который ему не понравился (при условии, что ему не было дано никаких гарантий по трудоустройству или росту дохода). Для меня это скорее желание переложить ответственность за себя на других, чем искренне признаться, что совершил ошибку и идти дальше.

И как всегда оставляю ссылки на свои ресурсы не призывая на них переходить:

- **Instagram:** https://www.instagram.com/k.zabavski/
- **Telegram** канал (Бегущий айтишник): https://t.me/ITRunMan
- **Курс** по Основам Бизнес-анализа в ИТ: http://businessanalysiscourses.org/

Natalia S. 1 г
Life Student
Я согласна с твоей позицией, Кирилл. Действительно, нужно научиться принимать обстоятельства и свою реакцию на них (чувства) как есть, чтобы развиваться дальше и жить реальностью, а не смотреть на мир сквозь розовые очки, а потом резко и болезненно разочаровываться. Это как если бы человек заболел, но вместо лечения убеждал себя, что он здоров, упуская свой шанс выздороветь/ выжить.

Нравится · Ответить

Pavel Tankovich 1 г
Frontend developer
Эх ты, жаль, не захотел развития всех сфер жизни... К успешному успеху был так близок =)

Нравится · Ответить

См. еще комментарии

Чтобы просмотреть или add a comment, выполните вход

Другие статьи этого автора

Как делать то, что Важно, а не то, что Срочно
1 июня 2023 г.

Как точнее определить уровень кандидата на...
25 мая 2023 г.

10 приемов по управлению коллективо...
20 апр. 2023 г.

К а
6

См. все

© 2024 г.

О компании

Специальные возможности

Пользовательское соглашение

Политика конфиденциальности

Политика использования файлов cookie

Политика защиты авторских прав

Политика торговой марки

Настройки гостя

Правила сообщества

Язык